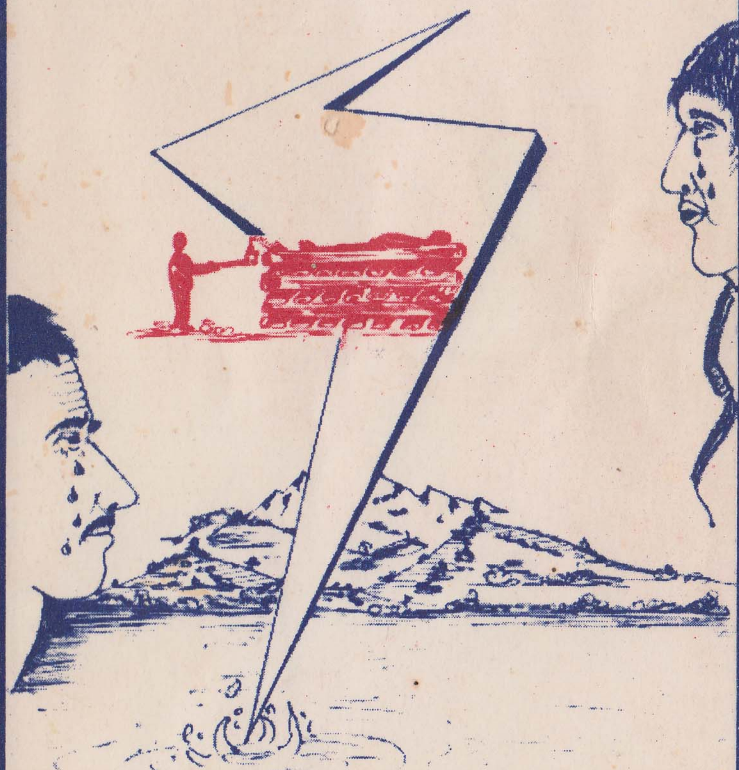
हे ! मनू व मेगु चिनाखे



इश्वरमान प्रधान

हे ! मनू व मेगु चिनाखँ

इश्वरमान प्रधान

हे ! मनू व मेगु चिनाखं

इश्वरमान प्रधान

करुणादेवी प्रधान



स्व. राजमान प्रधान

गुम्ह अबुजु साथ सालय्
पुलक स्वया मुसक न्हिला
क्यवय ब्हगु स्वाँ यात
लः विया थनेगु ज्याया
जिमि मांयात धया भाम्ह
व हे राजमान प्रधान यात
थ्वः चिकिधंगु कृति देछाना ।

- इश्वरमान प्रधान



नुगःखँ

थःगु जन्मभूमि किपू खयाःनं त्रिशूली बजारयात कर्मभूमि दयेकाः भाषा व साहित्यया सेवा याना झाःम्ह भाजु इश्वरमान प्रधान त्रिशूलीया न्ह्यलुवा साहित्यकारपिं मध्ये छम्ह खः । वय्‌कःया झीगु तजिलजिइ नख व जात्रा, लः व नसा सफूत लिया थ्व स्वंगूगु सफू कथं "हे मनू व मेगु चिनाखं" झीगु न्हयःने दु ।

त्रिशूली बजारय् भाषा व साहित्य ख्यःया खँ वइबलय् त्रि.त्रि.उ.मा.वि.या संस्थापक स्व. चक्रमान शाक्य जु, बौद्ध विद्वान भाजु धर्मरत्न शाक्य जु, भाषा व समाजसेवी भाजु लक्ष्मण नेवा जु कवि शाक्य सुरेन जु आदि च्वमिपिनि नां झीगु न्हयःने झ्वः छुवई । त्रिशूली बजारय् भाषा व साहित्यया विकासया निम्ति वय्‌कः पिनितःधंगु योगदान दु गुकियात त्रिशूलीबासी पिसं गब्लेंन ल्वनंके फइमखु । थौं थ्व हे झ्वलय् भाजु इश्वरमान प्रधान छम्ह नं झीगु न्हयःने दँ झाःगु दु थ्व अतिकं लय्‌ताया विषय खः ।

त्रिशुली नेपाल भाषा पुचः छगू इलय तसकं सकृयगु संस्था जुयाःन थी थी कारणं थानाः थ्व संस्था छुं दँतक निस्कृय जुयाच्वने माल । तर थौं हाकन छकः सकृय जुइगु सुअवसर जिमित चूलावःगु दु । उकिं भाजु प्रधानजुयात थथे हे मेगु कृतित बियाः जिमित न्हयलं थना च्वनादीत इनाय याना ।

ने.सं. ११२६

पुरुषोत्तम शाक्य
नायः
त्रिशूली नेपालभाषा पुचः

पिकाक:
करुणादेवी प्रधान
त्रिशूली
फोन : ०१०-५६०३२९

पिथना:
न्हापां ५००
ने.स. ११२६
वि.सं. २०६२
इ.सं. २००५

कम्प्युटर टाइप
जमुना कारंजित

ले-आउट
राजाराम श्रेष्ठ

ख:व डिजाइन
राजु श्रेष्ठ (नेहा आटर्स)
फो. ल्या ५६०३८२

थाकु:
गोसाईकुण्ड प्रिन्टर्स (अफसेट प्रेस)
विदुर न.पा.-३, नुवाकोट
फो.: ५६१०७१

ISBN

मू. ३०/-

सफू धुकु त्रि.वि.वि. बुक्स सेन्टर
फोन नं.: ४३३०६०१५, ४३३१०९५ कीर्तिपुर

He Manu Wa Meg[illegible]u Poem : Iswhar Man Pradhan

जिगु छत्वाचा खँ

नेपालभाषा व साहित्यप्रति नुगः क्वस्वम्ह जक मखु थःगु मांभाय् गुकथं विकास याये फइ धका चितासु दुम्ह छमह व्यक्तिया नां खः इश्वरमान प्रधान। कीपुया मनोरम प्राकृतिक भूमि जन्म जूम्ह अले लजगाःकथं त्रिसुली थ्यंका अनहे भ्यलेपुना नेवाः भाय्, नेवाः संस्कृतियात अन म्वाका तयेत मेपिं नेवाः थें न्ह्यज्याना ज्या याना वयाच्वंम्ह व्यक्ति नं खः। स्कूल जीवनय् थःसिके छगू तगिंलय् ब्वनाच्वम्ह जूसां नेवाः भाय्या कारणं याना जिमिगु दत्थुइ बांलागु स्वापू जक मखु मित्रताया गथः नं क्वातु। उबले हे च्वयेगु ज्याय् ल्हाः न्ह्याके धुकूम्ह अले रेदियो नेपालया जीवन दबु ज्याभ्वलय् ब्वंति कया पासापिन्त नं उत्प्रेरित याना जुइम्ह छम्ह व्यक्ति नं खः।

दरवार स्कूलय् ब्वनाच्वनाबलय् माष्टर पुण्यरत्न वज्राचाइया ह:पाःकथं जिमिसं ल्हातं च्वया "पलाख्वाय्" नांया लय्पौ २०१६ सालपाखे पिकयाःगु खः। उगु लय्पौया न्हापांगु ल्याखय् आःतक लुमंकथं बेसहारा साय्मि (थौंया नांजाम्ह कवि बुद्ध साय्मिया न्हापांगु साहित्यिक नां) व इश्वरमान प्रधानया कवितात नं दुथ्याःगु दु। सायद थ्वहे कविता इश्वरमान प्रधानया न्हापां सार्वजनिक जूगु कविता जुइमा। थ्व सिके छुं ला न्ह्यः हे इश्रमान प्रधानं रेडियो नेपालया जीवन दबू ज्याभ्वःपाखे थःगु रचना सार्वजनिक याये धुंकूगु खः।

थौं वहे पासाया कविता मुना पिदनेत्यंगु खः न्यना लय्मताइगु खँ हे मन्त। जित जिगु कंता संग्रह पिदनाच्वंगु थें लय्ता पिज्वयाच्वंगु दु। थुगु पिदनाच्वंगु कविताया अप्रकाशित अवस्थाय् जि नं रस्वादन याये खंगु खः। इश्वरमान प्रधानयाके मां भाय् प्रति आपालं भावुकता जायाच्वंगु जिं महसूस याना। साहित्य सृजनाया लागि थःत मपासे भां

हे मनु

भाय् मतिनाय् भावुकता उप्व थियाच्वंगु दु । थौंया युग चेतना व दायित्वसिकें थःगु जीवनया यइपुगु इया लुमन्ति पिज्वयाच्वंगु दु ।

खःला आः बया इश्वरमान प्रधानया लागा साहित्य ख्यलं आपालं तापाःगु स्वाध्य ख्यंः खः अयनं थ्व ख्यलं इ दतकि छुं च्वये धैगु मन्तुना कथं कविताया रचना जुयाच्वंगु आभास ब्यू । जित भलसा दु इश्वरमान प्रधानं न्हिछ्यायेकथं पलाः मच्वयेकुसे स्वाध्य ख्यलय् उप्व धरब्वाना अनदुने बांबालाःगु हीरा मोती लुइका भ्रीगु वाङ्मयया धुकू जायेकेत योगदान बिया दी ।

-इन्द्रमाली
नेपाल सम्वत् ११२६ द्धादशी
२०६२ मंसिर १३ गते ।

हे मनू !

मांया प्वाथय भ्हिला च्वना
च्याँय च्याँय ख्वया नाँगा पचिना वया
ल्वय् भय नाप ल्वाना
धर्ति मुले ब्वलंम्ह छ खः।

(१)

पुलुक मिखा कना मुसुक्क न्हिला
हिसि दुम्ह मचा धायेका
ल्याम्ह ल्यासे वुरी वुरा
जुइगु जीवनया घः: चाः खः।

(२)

क्वयँ द्यःने ला छयंगु नं त्वपुया
नसा व हिनु इगिलिलिं च्वना
पिलिनं भुना तःगु म्ह
आत्मा दुगु छंगु देह ख ः।

(३)

स्यो कापि न्हयागु हि
नुगः दुने दुहां वना
सास ल्हाका म्वाका तम्ह
सर्व श्रेष्ठ प्राणी खः ।

(४)

ल: फय ज: कया
स्वर्ग क्वय चाय म्हिता
थ्व कयबचाय् स्वाँथे व्हया
मगमग बास्ना बीइम्ह ख:।

(५)

च्वनेत बुँइ वा गुँइ छँ दयेका
पुनेत वस थाज्या थाना
म्वायेत शुद्ध ल: व नसा
छन्त थन मा:गु दु ।

(६)

छेलि मातं च्वत वैग
दक्षिण पूर्व स्वका
निभा ज: दुहां वयछिंक
अजां दयेका थकुगु छँ दु ।

(७)

थां पतिं नागविलि किया
सिंथां धलिं सतिक व्वया
क्वतपौ थितुं थिइक लाया
वतां मिले जुईक अंग दना त:गुदु।

(८)

मु लुखा च्वँस तिकिझ्याः तया
संझ्या: पिने तुनासि थना
दलु झतय इता च्याका
क्वसे जिइक दयेका त:गु दु ।

(९)

सुचुपिचु याना यचुक च्वना
न्हायंक स्वया समा याना
थःगु तुतिं थस्ह चुया
लुफिं महायक जुइगु स्वः ।

(१०)

खुं डांका लुचा धायेका
सुयां मयेक जगतय् च्वना
गुँइ सुला मि च्याका
अशान्ति यायेगु थन छाय ?

(११)

स्वयेत छंके मिखा दु ।
खं न्येनेत न्हाय्पं दु ॥
नतुनेत न्हाय् प्वाः दु ।
जुयेत तुति निपा वल्लागु दु ॥

(१२)

दुःख व सुख लिउलिउ ज्वना
चा न्हि मधास्य ब्वाँब्वाँ जुया
भुसुभुसु म्हय् चति हायेका
चुलुगु पाचां क्वहां वःम्ह छ खः ।

(१३)

दोक कुबिया घाँय लया वःम्ह मिसा
सन्त्याकाइ धों हागु सः नेना
स्वाँस्वाँ वयेक सास ल्हाना
ब्वाँ वःम्ह मनूया परसि कंथे तकिना।

(१४)

वँचुगु स्वर्गतय सुपाँय न्त्याना
धुप्वः दंक वा फय् वया
ग्वफसं पुइका ब्वयेका येंके त्यंगु खना
मिखा जायेक ख्वबि जाल ।

(१५)

मन्त मन्त फुत फुत धका
लुखा न्हयःने धुतिकथि धंका
भाजं दुने सौपा च्याका
ह्वाँय ह्वाँय ख्वयेका छ्याय् त्यना ?

(१६)

पेकु हाकःगु छकु छेलि
थलाय कुलाय याना पुतुपुइका
छँगु म्हपा अंग गुलि स्वल
छ घःम्ह देना हे च्वन ।

(१७)

तुयुगु कापतँ छन्त त्वपुया
पंया खचाय् प्यम्ह मनून कुबिया
देसं पिने येंका च्वंगु स्वया
छग ल्वँहते दना च्वना ।

(१८)

कचि अःपा निपा वेंकुं च्याना
च्याया कसिचा नोले चिना
छ्वालि छखाः बलय् पाछाया
कां पुया वपिं न्त्य्यःने दु ।

(१९)

नायखिं बाजं तुमपाकु छ्यायं थाका
तपुलि त्वया लिउने च्वना
नों मवास्ये छयँ क्वछुना:
सना वपिं ग्वा: ग्वा: दु ।

(२०)

थितुं थिइक दीपय् मि च्याका
गुलि लास च्याके धुंकल
फि व चां ल्हाका थकुगुला
ल्याचाहे मदेय धुंकल ।

(२१)

सिपं द्य:ने थस पायेका
मि प्वा: निपा ल्हातं ज्वना
दीपक राग ध्वयेक हाला
छन्त थन च्याके त्यंगु दु ।

(२२)

धँय कुसि लासाय् सुला
ह्वाँइह्वाँइ पति हाला भुना
छंगु म्हय हि त्वना
इकुका छं मचायेक कुबया ह:गुदु

(२३)

न्हय: व:म्हथें गुजुं च्वंका
नों म.वास्य च्वने मते ।
पुन्हिया तिमिला जुया दना
ख्वगु नुग:यात न्हिके वा ।

(२४)

नुगः मछिना घाः जुगु थासय्
मल्ता चि हायाना बिइमते ।
सुयातं छुं मधास्वे व्याकचा
मितः त्वता गनं वनें मते ॥

(२५)

अंग दथुइ च्वंगु किपा स्वया
ब्वया वयेत फ्पु मदु जिके ।
खंगु थुगु सिउगु खँ मुंका
जुगु बाखं पौः च्वया न्यंके ।

(२६)

जीवन छगू गतिशील किच खः ।
मनू सृष्टिया चमत्कार खः ।
शान्ति व स्वतन्त्र म्वायेगु
भीगु प्रेरक तत्व खः ।

(२७)

थः धइम्ह छ छम्ह सिवाये
मदु जिके मतिना ब्यलय्
धुं व धौंचा हा वइगु खुसि सिथय
सल किसि ज्वना का वया च्वना ।

(२८)

नागः तुगः याना खँ ल्हाना
कचिंका चिना हःगु स्वया
सनेमफया च्वंगु यानं खनाः
घ्वातु घ्वाना षलाः न्ह्य ज्याना ।

(२९)

इपाइपा कंक खुसि दुबना
नांगा थहां वपिं मचात खना
चुइँचुइँ पुगु ल्वहँते दना
छंगु निम्ति म्वाना च्वना ।

(३०)

च्वापुथें ख्वांउगु लः छधि जुया
हिमाल पर्वत थें धिसि धस्वाना
सिचुक फय न्ह्याका मच्वंगु जुसा
मरु भूमि जुइगु नेपाः देय् खः ।

(३१)

छपुति छपुति लः मुना
वाउंस्ये च्वंगु गुँ क्वहां वया
क्वःब्वालः खुसि ल्वाक ज्याना
हुनुनु हाला छन्त माः जुया च्वगुदुः।

(३२)

चिकुलां यचुक वर्षा ताकुक
कापि च्वंगु धःचात ल्वाक ज्याना
ल्वहँयात हाचां हाचां गाया
लिफः मस्वसें वेगं न्ह्याना च्वन ।

(३३)

चलःखं सिमा कोथला
लेंलें पुइका बे-बे क्वयेका
चुइका हगु कथिं साला
छन्त जिं लुमंका च्वना ।

(३४)

खुसि धरब्वाय मसपिन्त कयेपुया
साला वना येंकेगु वया वानी दु ।
वँचुगु सर्गतय् सुपाँय जुयाः
मौसम हिकेगु शक्ति भ्रीकय् दु ।

(३५)

जिगु म्हय् खिधः स्वाये मते
जि प्रदूषित जुलकि क्षेरापति वइ ।
बँ पना तब्यागु धः ज्याछिंक दयेका
खिउंगु छैं मत च्याकेगु ज्या या।

(३६)

वुद्ध भृकुति सीता जन्म जूगु
भ्रीगु पुण्यभूमि खः।
पार्वती भगवतिया रुप कया
दुष्ट तयत नासयागु किंवदन्ति दु ॥

(३७)

देगः दुने च्वस्ह द्यःयात
पूजा याइपिं ग्वाःग्वाः दु ।
शिवं श्रृष्टियागु तपोभुमि
छन्त जितः चितासुकु भ्याः मदु ।

(३८)

भक्ति व शक्ति दुम्ह मनूयात
वायुनं आयुयात पुइकायेंके थाकुया च्वनी ।
धर्म व कर्म वलाम्ह प्राणिया
कर्तब्य व इमान दया च्वनी ।

(३९)

कसि च्वना कोयात नका
जः बिइम्ह सूर्द्यःयात
ल्हाः निपां विन्ति याना
पूजा याइगु परंपरा दु ।

(४०)

नोंवायेगु च्वयेगु ब्वनेगु निर्भिक जुया
ज्ञान,ध्यान, धर्मया लिच्वः आत्मा खंका
म्वायेगु अधिकारया निम्ति
प्रजातन्त्र म्वाकेत दनेमाःगु दु ।

(४१)

राजनीति व ऐश आराम क्षणिक वस्तु खः ।
सत्य , दया, शान्ति व हिंसा धर्मया पेंगु पालिख अ
सुख व दुःख जीवनया घःचा खः ।
शिक्षा व स्वस्थ स्वास्थ्य मू धन खः ।

(४२)

छं जित जिं छन्त
म्ह मस्युगु थन मखु ।
हेमन्त ऋतु चाहिला च्वंगु थासय् ।
सत्यया न्ह्यःने असत्य च्वनी फइमखु ।

(४३)

ख्वाःपाः पुया लें वःम्ह
वतांइ खना सुलासुला
वामा न्हुया ब्वाँ ब्वाँ जूम्ह
कंगालय् कुतुं वंगु दु ।

(४४)

छंगु जीवनय् भुखाय ब्वगु न्यना
धेंधे चुया ल्वहँ त्वाथः गयाः ।
पिलाक्व स्यागु सह याना
पालि हिइस्य च्वंसां दना च्वना ।

(४५)

आदर्शयात तिलाञ्जलि बिया
सामाजिक द्वन्दय् घ्यः चिकं लुना
लोभ व पापया प्रवृति ज्वना
वःम्ह पंगयात म्हसिके वा ।

(४६)

फयूगं खं ल्हानाः छ जि ल्वाका
द्यांप्रोलय् तुति भ्कोलंका
लखे मिखा कंका धों लाना
च्वम्ह मनूयात ताणाक तये वा ।

(४७)

ख्याःचा छम्ह बुँइ थना
मिंपु लाखेया गजु लाका
भ्कः भ्कः धायेक जः बिया
क्रान्ति त्वःता शान्तिया लँ ज्वना वा ।

(४८)

युद्धया नीयम नीति मदुथाये
मृत्यु नाप त्वाय चिना
मतिना खिपः चफुना
जितः त्वःता वने मते ।

(४९)

सदभाव थन ब्हलेत
पला लिचिले मते ।
दुःख कष्ट नापं ल्वाना सां
छन्त न्ह्यःने तया जीवन हने ।

(५०)

भ्नीगु मतिना क्वातुकेगु निम्ति
ग्या चिकु पहलं सुमक च्वने मते ।
शशक्त शक्तिया रुपान्तरण यायेत
तारा जुया दना वा ।

(५१)

म्हय थिया कुचुकुचु नका
वंगलसिमा क्वय सिचुक च्वना
पाउं नया चुकुचुकु वंका
ला व लुसिथेंमिले जुया च्वनेवाः ।

(५२)

लाछि च्वना घः कासा म्हिता
ल्हा ज्वना प्यांख ल्हुया
क्यनागु सह याये मफया
छन्त जित फायेत स्वगु खः ।

(५३)

ह्याउंगु निभाः त्वःगु स्वया
लय्लय् तातां न्ह्यनेः दना
बासुरि पुयाः पलाः न्ह्याका
छन्त ब्वना येंके धका वया च्वना ।

(५४)

ग्वंग हागु सः न्यना
देगः पतिं चाःचाः हिला
वा फंस दाःगु वाचा मतया
गुलि छन्त माले धुंन ।

(५५)

शान्ति व विकासया अविवृद्धि यायेगु
मंका कर्तब्य खः भीगु
साहित्य, संङ्गीत, सभ्यता,कला संस्कृति ह्वयेकीगु
रचनात्मक शक्ति छयले माः ।

(५६)

प्राकृतिक सम्पदाया धुकु दुगु थासय्
प्रकृतिया उपहार काये मसया
ल्हाःप्व चिना च्वंपिं जनशक्तिया
प्वा सक् च्वंका च्वनेमाःगु दु ।

(५७)

न्हायकं धेना मनाः नया
जनि चिना मचा लुकुंछिना
थःगु बुं बालि थम्ह ज्याना
छें या म्ह मिसा गुलि हिसि दु ।

(५८)

खं बयेता नालु कयूता चिना
मिखाय धुलं छ्वाका च्वम्ह खना
मृग तिंतिं न्हुया म्हिता
चाःचाः हिला गुँइ दुहां वंगु दु ।

(५९)

ल्वहँ लिइगु ज्यामि ज्या याना
मुग ल्होंना भुसुभुसु च:ति हायेका
खुसि सिथे कुंचाय् च्वना
प्वा: सुकु चिंम्ह मनू सुना खंग दु ।

(६०)

पोंकया कनिमा धेचुगु इलय्
गुन्द्रु व धेरु नये धका
मचा छम्ह हयेहये कया
जिगु मुले फ्यतु वल ।

(६१)

प्वा: जायेक नसा नये मखना
लागिलागि चाया ख्वा: खिउँका
थुसुक च्वना पुतुं फ्यतुना
च्वंपि मस्त खना: नुग: क:इइइ मिन ।

(६२)

वुँइ च्वंगु चा पुइका
तगिंमय छुं प्वा: तिना
लिपुलिपु ल: मुंका
पुवाचा ज्वना सिनाज्या में थ्वयेके वा ।

(६३)

फ: जायेक मस्त मुंका
धकि तया समय वजि इना
फकं सनाया अचार नका
योसिं थना इन्द्रयात किसि गयेके वा : ।

(६४)

जन चेतना हयेगु ज्या
समाजया प्रवुद्ध वर्गया खः ।
प्रजातन्त्रया आदर्शथ्यात रक्षायाना
राष्ट्र निर्माण यायेगु भ्कीगु कर्तब्य खः ।

(६५)

सद्भावया लँय कथं मसुइक च्वना
असुरक्षा पाखें जनतायात मुक्त याना
शान्ति सुरक्षा वातावरण दयेका
प्रगति यायेमाःगु नेपाः देय् खः ।

(६६)

शान्तिया निम्ति क्रान्ति याना
हःपा वियाः प्रजातन्त्रः हयाः
लय्लय् ताता पला न्याका
शहिद जुइ धंकु पिनेगु इतिहास दु ।

(६७)

लुतुलुया ध्वातुध्वाना दाजक दाया
हुतुतुतुं लिनाःख्वा जक ख्याना
थचि वःगु छेलि मंक तयाः
मनूनं मनूयात कुनेगु मानवअधिकार मखु ।

(६८)

हक हितया सः ध्वयेका
स्वतन्त्र च्वयगु ब्वनेगु जुइगु
पालाक ताःलाक चुलाक च्वना
न्ह्येरवापिं नेपामि फुंक थःहेखः ।

(६९)

कां खुयात तुतां ज्वंका
ख्वायँ खुसिंयात शंख पुइका
लाता लातियात ल्हाःज्वंना
सिमा क्वय सिचुक च्वने.वा ।

(७०)

मखुगु मज्युगु ज्याय् ल्हातया
धन सम्पतिया लोभ याना
मल्ता कुं थना उसुसे च्वंका
हिइमिइ चायेक हायका च्वंगु दु ।

(७१)

वांउगु तुयुगु ह्यांयगु वचुगु
रङ्गचंगि थीथी स्वाँ ब्हया च्वंगु
सिचुस्ये न्हाइपुस्ये प्रकृतिया लकस
नेपाः देय् भ्तीगु गुलि वांला ।

(७२)

बयं च्वंगु धू तुफिं पुनाः
हाचां मगागु नी लः ज्वना
विनायवी धका स्वानं धइ वना
पुजाकू दुने कल तइम्ह छ खः।

(७३)

स्याः न्यापिं थःथिति भुतुभुना
पुतुपुइका गुलि छन्त स्वल ।
मिखा तिसिना नों म वास्य सुमक च्वना
तं जक कुनुकुनु नुगः दुने तया । छुयाये फइ ?

(७४)

मनू छक जन्म जुया:
मुसुमुसु न्हिला क्यने मफुसा
वसन्त ऋतुया मे हाला
चिलाख च्याका न्ह्य:ने सु दँ वइ ?

(७५)

लँ दथइ गा: म्हुया मुंकात:गु चान्द्ध:
फुस फुस क्वहां वया ध्याच: जुल
जवय् खवय् न्ह्य:ने ल्यूने
फुक्क थासय् लँ तन ।

(७६)

थ:गु किच खना थहे ग्याना
भारा न्हुया नुग: भारा भारा मिंका
तुति फिरिफिरी थरथर खाका
कोथाय भोसु व:म्ह मिसा ख: ।

(७७)

गुजुं न्ह्य:वया च्वंगु इलय्
छयों फुसय् च्वना कितिकिति याना
हिइस्य च्वंक घा: याना ब्यूम्ह
छुंयात त्याप ज्वना लाये वा ।

(७८)

भौप्वा:चां पिहां वम्ह भौचा
भुतलि वना दुरु त्वना
देनेमागु लासाये खि फाना
फुत तिंन्हुया वंगु गुलि स्वया च्वने ।

(७९)

च्वतया भ्याःखापा चायेका
कथी छपु ल्हातं ज्वना
प्वालाक पिलिक च्यागु जः स्वया
छुं व भौच्चित ख्यायेत लुखाय् च्वना ।

(८०)

अनुसन्धानत्मक च्वसु कापि न्ह्याका च्वया
जीवन यात्राया पलाः ल्ह्याका
मानव शक्तिया जः पिज्वयेका
हाइ हाइ धायेके वाः ।

(८१)

हनुमानयात सुरसां नेंगु खँ
छं जिके गुलि न्यने धुंकल ।
जिगु जीवनया बाखं फुकं
छन्त जिं कनातये धूंगु दु ।

(८२)

लतांइ संका चाचा हिइका
सुकायात फसय ताहाक त्वता
क्वाच्वये च्वना भुतमाली फवाना
छन्त साला ल्हा ज्वने प्रिय

(८३)

म्हगसे खंगु खं लुमंका
कल्पनाया सागरय् मन दुब्याना
सर्गः स्वया थःस पाया
सिपं दःने गुलि मागु ? च्वने ।

(८४)

लः न्ह्याागु खुसि सिथय्
त्वाथलं क्वहां वंपि भाजुपिं
खगु ल्हातं सुरुवा थ्वकया
तुति सिला मिखा पिउपिं यक्वं दु ।

(८५)

धुतिमां छयों क्वछुइका च्वंगु
खाइबसि ज्वाप् ज्वाप् सःगु
पं: ब्व मदुगु ख्यःचा
तिंकथि ध्यनेत वपि मनू दु ।

(८६)

सिफांगा भुना हःगु वस्तु
उला स्वयेगु कुतयाना च्वनागु दु ।
कुज्या कुविचाः याम्ह मनू म्हसीकेत
मिखा ब्वयेका चाचा हिइके माःगु दु ।

(८७)

न्ह्याक दुःख सिउसां गागु मखु
खगु भिगुं ज्या खंगु मदु ।
भ्रीगु जीवन गुलि कष्ट नये मागु
छँ .वा चायेका थुइके मागु दु ।

(८८)

छमछम सः वगु घंगलि पालि न्हाका
ताल सुर वीया बाजँ थाना
लापा थाथां म्ह संकेबिया
प्याखं ल्हुकूपिं सना वगु दु ।

(८९)

एकान्त व शान्त दुगु
चिरिबिरी सः थ्वया च्वंगु
गुँ क्वसं ख्यःदथुइ लाःगु
दी खुइ छन्त तयाः तःगु दु ।

(९०)

हाना मदयेका कथं जक सुइका
सकस्या मिखाय् वें धायेका
हिवाय चवाय याका लायलाय बुइका
मतिना चफुना वनेगु स्वयेमते प्रिय ।

(९१)

वांउस्य च्वंगु वंगलसिमा लिक
पःखाः दुने कुमारी च्वना
गुँइ धुं चाहिला च्वंगु
सुला सुला स्वया च्वंगु दु ।

(९२)

जाकि छ्मुरीया जा थुया
चि मदुगु तखा खुना
चाया भेगतय् ल्वसाः घासाः ब्वया
लाखे पा च्वनेगु संस्कार दु ।

(९३)

नुग भ्रीगु ल्वहँ व चा मखु
क्यातुग लापाँय दुने
हाकुगु हियात ह्याउँक हिइका
शक्ति विया च्वंगु दु ।

(९४)

लक्ष्मि, इन्द्रायणि, सरस्वती भगवती व पार्वती
छंगु लिक च्वनाच्वंगु दु ।
पंचाः न्हुया खुसि छिना
भ्की थनं थहां वने मागु दु ।

(९५)

अंङ्ग दथुइ छगु किपा ब्वया
नुगः जिगु लाका वने मते ।
खिउंगु क्वथाय तुकि मत च्याका
गुलि च्वनेगु लुमन्ति सायका ।

(९६)

बाला बाला चिंगु मिखा छंगु
कुलि कुलि चिंगु हाकुस्य च्वंगु
संफँ इन्द्रेणिथें रङ्ग दुगु
गुलि जक यइपुसे हिसि दु ।

(९७)

नुगः दुने खं ल्हाःगु
छन्त जिं प्वंके धका
फय् थें ब्वाँय वया
छंगु न्ह्यःने दँ वयागु दु ।

(९८)

ध्याचगु लँय क्वला तःगु खाकु
छकू छकू याना लिकया
भ्की निम्ह छम्ह जुया
न्ह्याइपुक जीवन हने मानी ।

(९)९

सितु घाँय बुया च्वंगु ख्यचाय्
सिचुक फय मन्त्याग‌ु जुसा
कासा म्हिता व्वाँय जुइत
सु मनू न्त्यःने दँ वइ ?

(१००)

गुँ च्वकां लुकुबिइ त्यंगु निभाः स्वया
दासि वःगु आकांक्षा मने पना नुगलय् दुने कुना
हथाये हथाये चाया छन्थाय वया
जुगु खं छन्त कना च्वनागु दु ।

(१०१)

मिखाया ख्वबि पिच जुयाः
चासुया ल्हातं ब्वब्व स्याना
बुलुया वंगु थम्ह चायेका
धू लिकया हुया च्वना ।

(१०२)

पिगं लिक च्वंगु कोट भ्काःया
सिमा यक्व धेने धुंकल ।
न्याँ लहिना पलेस्वाँ ब्हकेगु
पुखुया लःसुना वन च्वंगु दु ।

(१०३)

पुलुक त्वगु मन जिगु
मिखा जायेक ख्वबि दु ।
छन्त थन ब्वना यंकेगु ।
माया ममता ज्वना वइगु दु ।

(१०४)

न्ह्याना च्वंगु ख्वाउंगु लखय्
याकचा मो ल्हुया च्वनागु इलय्
चल: वया यचुगु ल: बुलुका वियगु
ल्व मंके थाकुया च्वंगु दु ।

(१०५)

थ: भा:पिया थ धका हना व्वना येंका
जि पिने देना दुने थेना पाहां
खें काला बजि नका ह्याम्ह भाजु
छन्त थ्व गति याना विगु दु ।

(१०६)

हुसुं न्ह्या:गु खसु थहां वना
वचुगु सर्ग लिक सुपाँय नाप च्वना
छुं हे खने मदयेक पना
ख्वाउंगु फय् ब्वयका च्वंगु दु ।

(१०७)

शिलु तीर्थ बनागु इलय्
पहाड गगं सास ह:ह: तिना
तुचुक फ्य तुना सुतक धइगु
खँ लुमना मिखा जायेक ख्वि वल ।

(१०८)

तानो चिकुसा च्वने ज्यूगु
फल्चा दुने घ्वातुघ्वाना
गुनुगुनु भुनुभुनु हाला च्वंगु
न्हाय्पं जिगु तिंतिं स्वा:गु दु ।

(१०९)

थितु थिइक ल्वहँ कापि च्वना
सिमा कचां म्ह किइका
ककु थकया यानं स्वया
ख्वबि मिखा जापिं च्वय् दु ।

(११०)

म्हगसय खंगु खँ लुमंका
कल्पनाया सागरय् मन दुब्याना
थस पाना सर्ग स्वया
मिखा तिसिना गुलि च्वने फूगु ।

(१११)

छ्रन्त चिना हःगु कचिका
कँय्‌चि चाना बिइ
शोषण व भय पाखें मुक्ति याना
जिं थ नाप ब्वना यंके यज्जु ।

(११२)

थितुं थिइक ल्वहँ मुना च्वंगु
चीमाःगु वाउंगु सिमात खने दुगु
भ्रंग पछ्रिं हासः मदगु
मसानघाट एकान्त दु ।

(११३)

अधिनायकवाद फंस पुइका छोय्‌गु
नागरिक अवज्ञाया ज्या न्ह्याःगु दु ।
धार्मिक व वाक् स्वतन्त्रता हयेगु
न्ह्यःलं भ्रीसं चायेके माःगु दु ।

(११४)

जनविश्वास व जननिर्माण कायेगु
नेता व कार्यकर्ता दथुइ स्वापु
छवासु मजुइक क्वातुकेगु
वौद्धिक जागरण न्ह्याके मागु दु ।

(११५)

न्ह्यपु छेला तुतिं चूपिन्त
स्यल्लागु ज्या थन मदु ।
ब्यक्तित्व पलायन जुया च्वंगु
नेपा : देया भीगु मन्दी स्थिति दु ।

(११६

मन्द मन्द फय् सना च्वंगु
तुयुगु च्वापु दों छधि जुगु
गुँ च्वकां लः न्हांगु
यचुस्य क्वाथं खने दु ।

(११७)

निपा ल्हातं ज्वना वःगु लः छ प्यास
म्हुतुसि तया ब्यूगु इलय्
गंगु कट्ठु प्याना वया
बेक्वकेका हःगु म्हुतु सन ।

(११८)

गात गात आः घःने गात
गुलि जक छन्त न्हयःवः वगु
त्राटक अभ्यास याना
जगदम्ब जुया दना वा ।

(११९)

पले स्वाँ

अहा ! गुलि बांला
व पुखु दथुइ
सिरिसिरि फसे फिरिफिरि सना
क्वया च्वंगु पले स्वाँ ।

(१)

फुतफुत लःखय् तिं न्हुया
म्हिता च्वंपि न्याँ स्वया
मुसुमुसु कया न्हिला च्वंगु
गुलिजक हिसि दु ।

(२)

गः क्वये च्वंगु बुंगा लिक
पल लःप्ते छ्चालं भुंका
खाथें ख्वगु लःया द्यःने
छस्वाना व्हगु पले स्वाँ ।

(३)

चखुंचात भुरुभुरु ब्वया
सिमा कचाय् मु भुना
छन्त ध्वया यंके धका
धकिं ज्वना वम्ह व सु खः ?

(४)

तु क्हला बालि तुंक खने दुथें
व्छ प्याका भेगतं तोपुया नलि स्वाँ वुया वथें
पुखलि पलेस्थां जूगु पलेस्वाँनं
आततायीपीं ज्या यायमते ।

(५)

छन्त जि यो

छन्त जि यो
जित छ यो
छँ धाइथें जि दु
जिं धाइथें छ दु ।

(१)

नुग: मछिंका ख्वा: खिउंका
पेकु हाकागु कापतं म्हय् फायेका
दीपय् च्वंगु सिपँलयग्वतुला
सुंक च्वना विइमते प्रिय ।

(२)

म्हय् हि छेने न्ह्यपु दु ।
छंगु देह ख्वाउँगु मदु॥
छ नं मनू जिन मनू ख ।
मिखा तिसिना च्वने मते ॥

(३)

हिया रङ्ग ह्याउंस्ये च्वंतलय्
भ्रीगु म्ह क्वाना च्वनी
प्रजातन्त्र अभ्युदय मजुतलय्
जनक्रान्ति न्ह्याना च्वनी ।

(४)

यो मैं छं छु धन्दा

अर वइगु वुद्ध वा
ल: त्वनेगु करुवा
छ छम्ह ब्वना येंकेत
फलचाय पिवा च्वनच्वना ।
यो मैं छं छु धन्दा ।

(१)

वया कलि तुति न्ह्याका
तिसा वस नं छन्त पुंका
मतिनाया स्वांमा क्वखायेका
सिन्चा फायातःगु हाकुगु सँ दथुइ सिन्ह छायेके मानी ।
यो मैं छं छु धन्दा

(२)

आखः च्वयेगु फ्वनतिनि
जि मरसय् वने मानी
मरसं धेवा कमे याना वया
त्वा देवाः च्याका लसकुस यानाः
छन्त छँ दुत यने मानी
यो मैं छ छु धन्दा

(३)

गुनकेरा स्वाँ छयने छुइका
लुं सिखः लं ककु जायेक तियेका
पतिं पतिं अंगू न्त्याका
दयँपैं ध्वया इहिपा यायं भानी
यो मैं छ छु धन्दा ....

(४)

बजा

म्हिग तक छं द
जिं छन्त म्ह मस्यु

(१)

ह्वाना ह्वाना च्यागु मिया द्यःने
कराइ छगः भुतुलि दे छुना
ग्वारागवारा दा गु लःखे साखः तया
सुर्ति संका तःगु वजाँ खः ।

(२)

चाया पाताये न्हतु न्हाया
चिलं दुने क्वपसां पुइका
हेंग्वा मि गुनुगुनु ह्याउंक च्याका
त्वपुया तलं आथा छक मधा ।

(३)

न्वखति नलि म्हुति दिका
सासः भ्रीगु फसय् त्वता
हुकाया सः क्वारा क्वारा वयेका
फ्यतुना त्वनेगु विष खः ।

(४)

न्ह्याथाये वंसां सकसक याका
इकुइकु धायेक मोहनी तया
चुरथ व खैनी नापं त्वाय् चिना
थन छाये चाचाहिला च्वना ?

(५)

न्याकुं न्याकुं क्या प्याखं ल्हुया
वुलुंवुलु फसय् विष त्वता
मुसुक न्हिला पुलुक स्वया
न्ह्यने च्वनीम्ह निरजीव खः ।

(६)

मभिंगु मजिइगु गुण ज्वना
मनूनं मनूयात स्वापु तयेका
श्रृंगार रस म्हुतुं त्वंका
क्यान्सर ल्वय पिकाइम्ह वजा खः।

(७)

कुं जुया स्वयँ दुहाँ वना
ध्वास ध्वास मुसु तयेका
स्वानं थहां वने थाकुका
कवथाय कुना बिइम्ह वजां ख:।

(८)

ध्वों स्याका लासाय् तया
जित नयेत स्वम्हसिया
थ: खौ जुया भ्ग्गौ जूगु
थ:त थम्ह चागु मदु ।

(९)

ममतां जा:गु जीवनयात
मृत्युया गं थाना च्वनीम्ह
लिफ: छक स्वया म्हसिका
कुंचाय तयेगु छंगु कर्तब्य ख: ।

(१०)

पुता

जिगु जुजु जिगु हिरा
ज्ञानी बाबा राजा छम्ह ज्ञानी
पुलिं चुया घुसि घुसि जुया
मू पुला म्हिता तायेफता च्वना
अंग व कया न्यासि वना
दु:ख तंका सुख बिइम्ह ।

(१)

तुतु त्वना हापु नया
तुचितुचि पलाः छिना
ननंयाना ज्ञानी गुणि जुया
घीसिलाक दने मानी पुता ।

(२)

अजिं छन्त निभालय् तया
चिकं बुइका मे हाला
मुलय् तयाः मोल्हुका व्वलंकुगु
लोमंके मते जि हिरां ।

(३)

नास दयेक हिसि लिइका
सकसिकं हाइहाइ धायेक मानेयाका
सुचुपिचु यचुपिचु न्ह्यूः ख्वाः क्यना
मां अवुया सेवा याये मानी ।

(४)

तन्त्र मन्त्र यन्त्रया जन्त्र क्वखायेका
जप तप ध्यान तपोभूमि याका
दिव्य दृष्टिया शक्ति बिया
सत्य व धर्मया लँय् कर्म खंके मानी पुता ।

(५)



- इश्वरमान प्रधान

बुदिं : ने.सं. १०५८
.मां : मिश्री प्रधान
अबु : राजमान प्रधान
बुगु थाय् : लाएकु, किपू

ज्वना:

सि.अ.हे.व. त्रि.वि.वि. चिकित्साशास्त्र अध्ययन संस्थान महाराजगञ्ज, काठमाडौं

प्रकाशनः

नेपाल भाषा व नेपाली भाषाय च्वसु

सफूः

१. भीगु तजिलजिइ नखःव जात्रा ने.सं.११२२
२. लःव नसा ने..११२४

रचना : (वि.सं.२०११ साल नेपाल रेडियो वाचन)

१. वाखं-व व्यायाना कोथां पिहां मव
२. चिनाखं : हे ! मनू
३. वजाँ
४. च्वखं : नुग व न्हेपू
५. निवन्ध : किपूया परिचय
६. निवन्ध : गुन्हु पुन्हि

दुजः

सल्लाहकार, चुन्नीपाखा उपभोक्ता समिति, का.म.न.पा.-१४

कृति प्रकाशोन्मुखः

१. दुषित वातावरणं वइगु ल्वय व स्वास्थ्य शिक्षा
२. प्रिय जिगु वाखं छक न्यना विउ